

## Kostnader:

*Medlemskap i Friluftsförbundet:*

*360 kr/år för enskild*

*530 kr/år för familj*

*Som medlem är du försäkrad vid alla aktiviteter.*

*Terminsavgift 50 kr/termin  
för omkostnader inom gruppen.*

*Bensinpengar enl. listan till resp.  
chaufför*

## Utrustning:

*Klädsel efter väderlek*

*Stövlar eller liknande*

*Fika-Frukt-Vatten*

*Gärna stavar*

*Ledarna har alltid telefon med.*



Friluftsförbundets kansli finns på  
Nonnens väg 11 i Uddevalla  
Tel. 0522-376 74

Webb: [friluftsfremjandet.se/uddevalla](http://friluftsfremjandet.se/uddevalla)  
e-post: [uddevalla@friluftsfremjandet.se](mailto:uddevalla@friluftsfremjandet.se)  
[facebook.com/uddevallafriluft](https://facebook.com/uddevallafriluft)

I samarbete med ...



Studieförbundets kansli finns på  
Junogatan 9 i Uddevalla  
Tel. 0522-330 78

*”Styrkan beror inte på den fysiska  
kapaciteten.  
Den beror på den okuvliga viljan”*

## VARDAGSVANDRARNAS PROGRAM

# HÖSTEN 2018



Uddevalla

*Kom med och upplev vacker natur!  
Bygg upp din kondition, träffa likasinnade.*



Hund får medfölja om den är kopplad



## Måndagsvandringar 3-5 kilometer

		<i>bilkostn</i>
29 aug	<b>Upptakt Åleslån</b> <i>Anita W 070-2830903</i>	10 kr
3 sept	<b>Ramsvik</b> <i>Ingrid W 073-9772502</i>	60 kr
10 sept	<b>Källegren</b> <i>Birgitta N 070-2690614</i>	20 kr
17 sept	<b>Jädersfors</b> <i>GunInger L 076-1714984</i>	15 kr
24 sept	<b>Herrestadsfjället</b> <i>Birgitta N 070-2690614</i>	15 kr
1 okt	<b>Islandsberg</b> <i>Håkan A 076-1098701</i>	45 kr
8 okt	<b>Sunningen</b> <i>Ulla G 073-9773174</i>	15 kr
15 okt	<b>Ålgårdskvarn Orust</b> <i>GunInger L 076-1714984</i>	35 kr
22 okt	<b>Maltes Stig</b> <i>Ulla G 073-9773174</i>	25 kr
31 okt	<b>Avslutning Bjursjöstugan</b> <i>Anita W 070-2830903</i>	10 kr

**Samåkning, avresa från ICA Kvantum - 09:30**

## Onsdagsvandringar 7-10 kilometer

		<i>bilkostn</i>
29 aug	<b>Upptakt Åleslån</b> <i>Anita W 07-2830903</i>	10 kr
5 sept	<b>Svenshögen</b> <i>Birgitta H 0730-973218</i>	35 kr
12 sept	<b>Stads o Bryggvand. Lysekil</b> <i>Britt-Marie T 076-1357618</i>	50 kr
19 sept	<b>Halleberg Gaddesanna</b> <i>Håkan A 076-1098701</i>	50 kr
26 sept	<b>Lyseberg</b> <i>Karl-Erik K 076-1627246</i>	40 kr
3 okt	<b>Dragsmark Kärlingesund</b> <i>Agneta S 070-2925133</i>	35 kr
10 okt	<b>Kalvön</b> <i>Linda M F 076-2756798</i>	40 kr
17 okt	<b>Skarsjön runt</b> <i>Birgitta N 070-2690614</i>	30 kr
24 okt	<b>Emaus</b> <i>Lillian A 070-6172607</i>	10 kr
31 okt	<b>Avslutning Bjursjöstugan</b> <i>Anita W 070-2830903</i>	10 kr

**Samåkning, avresa från ICA Kvantum - 09:30**

## Torsdagsvandringar 2-4 kilometer

		<i>bilkostn</i>
29 aug	<b>Upptakt Åleslån</b> <i>Anita W 070-2830903</i>	10 kr
6 sept	<b>Första vandringen</b> <i>Anita W 070-2830903</i>	
31 okt	<b>Avslutning Bjursjöstugan</b> <i>Anita W 070-2830903</i>	10 kr

**Samåkning från ICA Kvantum vid upptakt o avslutning kl 09.30**  
**Vid vandringarna kl 14.00**  
**Bensinpenngar till Chauffören 5 kr/mil**

*Torsdagsvandringarna är i lugnt tempo och varken rullator eller rullstol är något hinder. Vi anpassar vandringarna efter gruppens önskemål.*



Allt går om viljan finns